COMO ACTUAR SI LA POLICIA TE DETIENE

tecfuturo.es/como-actuar-si-la-policia-te-detiene/

29 de enero de 2026

Angel Bahamonteshttps://antpji.org/
Presidente de la Asociación Nacional de Tasadores y Peritos Judiciales Informáticos

Esta es una guía detallada y estructurada sobre cómo actuar ante una detención policial, basada en los principios del derecho penal (aplicables específicamente en España, aunque los conceptos de derechos fundamentales son similares en muchos países democráticos).

Consideraciones Previas: La detención no implica culpabilidad, es una medida cautelar, no una condena. El objetivo es ponerte a disposición judicial o realizar diligencias urgentes. Mantener una actitud estratégica es clave para tu defensa futura.

El Momento de la Detención: Actitud y Control

La forma en que te comportas en los primeros minutos puede determinar si se añaden cargos extra a tu expediente.

- **Mantén la calma:** No grites ni entres en pánico. El nerviosismo es normal, pero la agresividad se interpreta como indicio de culpabilidad.
- **No opongas resistencia física**: Si te resistes, aunque seas inocente del cargo original, te pueden imputar un delito de resistencia o atentado a la autoridad. Permite que te pongan las esposas si así lo deciden.
- **Identificación**: Estás obligado a identificarte. Facilita tu DNI o datos personales. Negarte a identificarte es una infracción administrativa o delito de desobediencia.

Tus Derechos Fundamentales (Lectura de Derechos)

En el momento de la detención, los agentes deben informarte de tus derechos de forma comprensible.

Tus derechos principales son:

- **Derecho a guardar silencio:** No declarar contra ti mismo y no confesarte culpable.
- **Derecho a no declarar:** Puedes decidir no responder a ninguna pregunta, o responder solo a algunas.
- **Derecho a un abogado:** Puedes designar uno de confianza o solicitar uno de oficio (gratuito si no tienes recursos).
- **Derecho a informar a un familiar:** Tienes derecho a que se avise a una persona de tu elección y a tu consulado (si eres extranjero) sobre tu detención y lugar de custodia.
- **Derecho a ser asistido por un intérprete:** Si no comprendes el castellano.

- **Derecho a ser reconocido por un médico:** Especialmente importante si has sufrido lesiones o necesitas medicación.

La Estrategia del Silencio: «¿Debo hablar?»

Regla de oro: No declares en comisaría.

Uno de los derechos más importante del detenido es no declarar. No estas obligado a responder a preguntas de los policías ni a dar explicaciones. Guardar silencio no te perjudica y puede protegerte hasta hablar con un abogado.

Muchos detenidos creen que dando su versión «arreglarán las cosas» rápido. Esto es un error común. La policía ya tiene unos indicios para detenerte; lo que digas puede ser usado para reforzar su tesis, pero rara vez servirá para que te suelten en ese momento.

- **Espera a tu abogado:** Él es el único que puede ver el atestado (el informe de por qué te detienen) antes de que tú hables.
- **«Me acojo a mi derecho a no declarar»:** Esta frase debe ser tu respuesta a cualquier pregunta sobre los hechos, incluso si parece una charla informal con los agentes.

No firmes nada sin supervisión

Al llegar a comisaría te pedirán que firmes el «Acta de lectura de derechos» y, posteriormente, el acta de tu declaración (aunque no hayas declarado).

- **Lee todo:** Verifica que la hora de detención y los motivos coincidan con la realidad.
- **Si no estás de acuerdo:** Tienes derecho a no firmar o a poner «No conforme» antes de la firma. No obstante, lo ideal es esperar a que tu abogado esté presente para firmar cualquier documento relevante.

El papel del Abogado Penalista

El abogado no solo te acompaña, es tu escudo legal. Su función en comisaría es:

1. Entrevistarse reservadamente contigo (tras la declaración o la negativa a declarar).
2. Vigilar que se respeten tus derechos constitucionales.
3. Asesorarte sobre la conveniencia de declarar: En el 90% de los casos, te aconsejará declarar solo ante el Juez, no ante la policía.

¿Cuánto tiempo puedo estar detenido?

El tiempo máximo de detención policial es de 72 horas. Sin embargo, la ley exige que el detenido sea puesto en libertad o a disposición judicial en el tiempo estrictamente necesario para realizar las averiguaciones.

Si consideras que tu detención es ilegal o arbitraria (no hay motivos, se han pasado del tiempo, etc.), puedes solicitar a través de tu abogado o familiares el procedimiento de «Habeas Corpus», que obliga a que un Juez revise tu situación de forma inmediata.

Resumen de actuación rápida:

1. **Cállate:** No des explicaciones espontáneas.
2. **No resistas:** Facilita la labor física de los agentes.
3. **Pide abogado:** Di claramente el nombre de tu abogado o pide uno de oficio.
4. **No firmes:** Hasta que el abogado lea el documento y te dé el visto bueno.